



## Nei e sole, Sidemast lancia la Giornata della prevenzione dermatologica

### Descrizione

(Adnkronos) La salute della pelle Ã parte integrante della salute della persona. Promuovere la prevenzione dermatologica significa tutelare il benessere, la qualitÃ della vita e la sicurezza dei cittadini. Con queste parole Giovanni Pellacani, presidente Sidemast (SocietÃ italiana di dermatologia medica, chirurgica, estetica e di malattie sessualmente trasmesse) lancia la Giornata nazionale della prevenzione dermatologica che si celebra il 26 giugno nata con lâobiettivo di valorizzare il ruolo della dermatologia italiana nella promozione della salute pubblica, nella prevenzione, nellâeducazione sanitaria e nel dialogo diretto con i cittadini.

Lâiniziativa informa una nota di Sidemast prevede anche il servizio di pubblica utilitÃ lâesperto risponde, attraverso il quale i medici dermatologi della SocietÃ offriranno gratuitamente risposte informative alle richieste dei cittadini. Il servizio fanno sapere dalla societÃ scientifica sarÃ accessibile mediante la compilazione dellâapposito format presente nella home page del portale istituzionale Sidemast, consentendo alla popolazione di porre quesiti di carattere informativo sui principali temi legati alla salute della pelle, alla prevenzione dermatologica, alla corretta esposizione solare, al controllo dei nei, ai corretti stili di vita e allâopportunitÃ di rivolgersi tempestivamente allo specialista.

Vogliamo rafforzare il messaggio che la cura della pelle deve iniziare dalla consapevolezza, dalla diagnosi precoce e da comportamenti corretti spiega Pellacani soprattutto nel periodo estivo, quando lâesposizione solare richiede particolare attenzione. Il servizio lâesperto risponde rappresenta un contributo concreto dei medici dermatologi Sidemast alla popolazione, offrendo ai cittadini uno spazio qualificato, gratuito e autorevole di orientamento informativo.

Attraverso questa iniziativa, Sidemast intende richiamare lâattenzione dellâopinione pubblica e del sistema sanitario sullâimportanza della prevenzione dermatologica prosegue la nota quale strumento essenziale per intercettare precocemente patologie cutanee che, se diagnosticate tardivamente, possono comportare conseguenze significative sulla salute e sulla qualitÃ della vita della persona. Melanoma, tumori cutanei non melanoma, lesioni pigmentate sospette, dermatiti, psoriasi,

patologie infiammatorie della pelle, malattie sessualmente trasmesse e problematiche legate all'esposizione solare rappresentano solo alcuni degli ambiti nei quali la corretta informazione, la diagnosi precoce e l'accesso tempestivo allo specialista possono fare la differenza.

La Giornata nazionale della prevenzione dermatologica rappresenta un momento di informazione, sensibilizzazione e confronto, con il coinvolgimento di specialisti, professionisti sanitari, pazienti e cittadini. Particolare attenzione sarà rivolta alle fasce più esposte o più fragili della popolazione: bambini, anziani, soggetti con familiarità per tumori cutanei, persone con numerosi nei o lesioni pigmentate, pazienti immunodepressi e cittadini che presentano manifestazioni cutanee spesso sottovalutate. In considerazione del periodo estivo e della maggiore esposizione alla luce solare, la Giornata sarà anche un'occasione per richiamare l'attenzione sui rischi che un'esposizione non corretta e non adeguatamente protetta può comportare per la salute della pelle. I dermatologi della SIDeMaST metteranno a disposizione della popolazione anche un vademecum per una corretta esposizione solare quale strumento pratico di informazione e tutela della salute cutanea.

Le 10 regole per proteggere la pelle e prevenire i danni del sole:

1. Proteggi la pelle ogni giorno, non solo al mare. La pelle è esposta ai raggi solari anche in città, durante passeggiate, sport all'aperto, lavoro, viaggi e attività quotidiane. La prevenzione dermatologica comincia dalla consapevolezza che il sole può incidere sulla salute cutanea anche fuori dai contesti balneari.
2. Evita l'esposizione nelle ore più calde. Nelle ore centrali della giornata i raggi ultravioletti sono più intensi. È consigliabile limitare l'esposizione diretta al sole, cercare zone d'ombra e organizzare le attività all'aperto nelle fasce orarie meno rischiose. Si raccomanda di limitare l'esposizione solare nelle ore più calde e ricorda che ombra, alberi e ombrelloni non garantiscono una protezione completa.
3. Usa una protezione solare adeguata. La crema solare deve essere scelta in base al proprio fototipo, all'età, alla durata dell'esposizione e alle condizioni ambientali. È importante applicarla in quantità adeguata, prima dell'esposizione, e rinnovarla più volte durante la giornata, soprattutto dopo bagno, sudorazione o asciugatura.
4. Proteggi bambini e adolescenti con particolare attenzione. Le scottature in età infantile e adolescenziale rappresentano un fattore di rischio importante per la salute futura della pelle. Bambini e ragazzi devono essere protetti con creme ad alta protezione, cappello, occhiali da sole, indumenti adeguati e permanenza all'ombra nelle ore più intense.
5. Controlla periodicamente nei e macchie della pelle. È utile osservare la propria pelle e prestare attenzione a cambiamenti di forma, colore, dimensione o margini dei nei, così come alla comparsa di nuove lesioni, macchie, noduli, ferite che non guariscono. In caso di dubbio è sempre opportuno rivolgersi al dermatologo.

6. Non sottovalutare arrossamenti, prurito, desquamazioni o lesioni persistenti. La prevenzione dermatologica non riguarda solo i tumori cutanei. Dermatiti, psoriasi, infezioni, malattie infiammatorie, lesioni sospette e malattie sessualmente trasmesse richiedono attenzione specialistica, soprattutto quando i sintomi persistono o peggiorano.
7. Fai attenzione alle persone pi<sup>1</sup> fragili o pi<sup>1</sup> esposte. Anziani, bambini, soggetti immunodepressi, persone con pelle chiara, numerosi nei, familiarit<sup>1</sup> per tumori cutanei o precedenti lesioni dermatologiche devono adottare comportamenti preventivi ancora pi<sup>1</sup> rigorosi e sottoporsi a controlli specialistici periodici.
8. Evita lampade e abbronzatura artificiale. L'abbronzatura artificiale non <sup>1</sup> una pratica priva di rischi. Le radiazioni UV possono danneggiare la pelle e aumentare il rischio di tumori cutanei; fonti ISS ricordano che l'esposizione a radiazioni UV da dispositivi abbronzanti <sup>1</sup> un tema rilevante di sanit<sup>1</sup> pubblica.
9. Ricorda che prevenzione significa diagnosi precoce. Melanoma, tumori cutanei non melanoma e lesioni pigmentate sospette possono beneficiare di una diagnosi tempestiva. Le linee guida indicano l'esposizione solare come uno dei principali fattori di rischio del melanoma, insieme ad altri fattori individuali e genetici.
10. Chiedi consiglio allo specialista. Internet pu<sup>2</sup> aiutare a informarsi, ma non sostituisce la valutazione medica. In presenza di dubbi, sintomi persistenti, nei sospetti o problemi cutanei, <sup>1</sup> fondamentale rivolgersi al dermatologo. Il servizio <sup>1</sup>esperto risponde<sup>1</sup>• potr<sup>1</sup> offrire ai cittadini uno spazio qualificato di orientamento informativo, gratuito e autorevole.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Giugno 25, 2026

## Autore

redazione